

## **VALORAÇÃO DO AUTOCUIDADO ENTRE IDOSOS A PARTIR DAS CONDICIONALIDADES DA CADERNETA DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA**

**Sonia Carvalho de Santana – UNIFAEMA**

**Katiuscia Carvalho de Santana – UNIFAEMA**

**Thays Dutra Chiarato Veríssimo – UNIFAEMA**

**Rosieli Alves Chiarato – UNIFAEMA**

### **RESUMO**

O envelhecer faz parte do ciclo da vida. O número de pessoas idosas vem aumentando de forma acelerada e, atualmente, o país conta com mais de 30,2 milhões de idosos, 14,6% da população segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018). Para o ano de 2070, estima-se que os idosos representem 35% do total de brasileiros (IBGE, 2016).

Entre os idosos, a faixa etária que mais cresce são os de 80 anos e mais (IBGE, 2019). Os brasileiros estão vivendo mais tempo, segundo (IBGE) 2019, os homens têm uma expectativa de vida de 73 anos; e as mulheres, de 80 anos. Alguns estados da região norte do Brasil, Rondônia, entre outros, conta com predominância de homens na população idosa (BRASIL, 2012).

Valorizando a premissa em que conhecer aspectos básicos sobre o processo de envelhecimento e as atenções voltadas para o autocuidado, estimulou e objetivou atividade acadêmica na modalidade projeto de extensão envolvendo acadêmicos e docentes e idosos de centro de convivência, com finalidade de fornecer orientações e informações elementares acerca dos cuidados necessários à pessoa idosa, para autocuidado a partir do reconhecimento e uso da Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa.

Trata-se de metodologia descritiva relativo à atividade de docência em Estágio Supervisionado em Enfermagem, junto à grupo de idosos cadastrados no Centro de Convivência e fortalecimento de vínculos, localizada em Ariquemes, Rondônia, no ano de 2023, no Centro Universitário UNIFAEMA.

O desenvolvimento do projeto foi protagonizado pela graduação de enfermagem, com participação da psicologia, fisioterapia e ciências contábeis em ações levantadas através da consulta de enfermagem, com destaque para as condicionalidades da caderneta de saúde da pessoa idosa do Ministério Saúde/Brasil, provocando nos participantes a valoração do conceito de autocuidado; além de atividades educação em saúde, participações online via Google Meet com médico em orientações interativas, roda de conversa nas temáticas sexualidade, gestão financeira, alimentação saudável.

Destaque aos resultados do projeto, viu-se que este possibilitou a obtenção de experiência acadêmica, dando robustez ao exercício profissional, intelectual e humanitário por meio dos cuidados à comunidade idosa, docentes e discentes.

Nas considerações finais ressalta-se que para o alcance da promoção da saúde da pessoa idosa, as ações de enfermagem estimulando a proatividade individual a partir de recursos disponíveis na atenção primária, adesão do uso da Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa, pela pessoa idosa,

programas educacionais que promovam uma visão inclusiva e respeitosa do envelhecimento, preparando os futuros profissionais de saúde para oferecer cuidados empáticos aos idosos. Valorar o autocuidado e empoderar o idoso é um processo de apoio para ter controle sobre os fatores que possam afetar sua saúde.